



El futuro de la Salud Mental "ALIMENTAR, POTENCIAR, TRATAR"  
Milán, 19 y 20 de junio de 2015

## Hermanas Hospitalarias, a través de la Provincia de Italia, participa en la EXPO 2015

Hermanas Hospitalarias organiza un Congreso dentro del marco internacional de la EXPO 2015, los días 19 y 20 de junio, a petición de la región italiana de Lombardía. El Profesor Giampaolo Perna, director del departamento de Neurociencia Clínica en Villa San Benito Menni (Albese con Cassano, provincia de Como, Italia) es quien se encarga de la coordinación y dirección científica del encuentro.



Este congreso surge con el objetivo de **debatir el futuro de la salud mental junto con los mayores expertos mundiales en la materia**, así como de **reavivar el papel central de la sociedad y de la ciencia en la protección de las personas**.

Tendrá una duración de dos días y contará con la participación de invitados nacionales e internacionales. También intervendrán varias instituciones, habrá mesas redondas y lecciones magistrales en las que podrán participar, de forma gratuita, todos aquellos que estén interesados en aprovechar esta importante ocasión formativa.

La salud mental y su defensa son elementos irrenunciables para garantizar que todos los individuos puedan desarrollar sus capacidades. El tema central de la EXPO 2015 "*Alimentar el planeta, energía para la vida*" expresa claramente las acciones necesarias para poder garantizar el bienestar mental. Tratar es indispensable, pero no suficiente. La actitud del futuro tendrá que incluir la alimentación como motor del bienestar, así como todos aquellos elementos, desde el ejercicio físico al empoderamiento, desde la ciencia a la red de asistencia social, desde el desarrollo tecnológico a la psiquiatría personalizada, siempre con una visión global de las personas.

## **EL FUTURO DE LA SALUD MENTAL “ALIMENTAR, POTENCIAR, TRATAR”**

En el año 2020, el 50% de las patologías invalidantes serán enfermedades mentales. En el pasado, el objetivo central de la medicina y de la psiquiatría era tratar, pero este concepto ya no se sostiene para el presente ni para el futuro.

Hacen falta nuevos ingredientes para la prevención, que puedan garantizarnos a todos una mejora del estado de bienestar y de la eficiencia, además de una reducción de los costes de la sanidad, que no contará con recursos ilimitados.

### **Alimentar, Potenciar, Tratar**

Estos tres conceptos son los que sostendrán el tratamiento y la prevención de las enfermedades mentales y los que servirán, de impulso, a todos los que quieran mantener una buena forma mental. A ellos habrá que añadir nuevos criterios de tratamiento, incluidos los protocolos "*evidence based*" y los "hechos a medida", basados en las necesidades de cada individuo.

- **Alimentar:** somos lo que comemos, también mentalmente. La dieta mediterránea (puede prevenir la depresión) y el consumo de grandes cantidades de Omega 3 (protege el cerebro) son dos ejemplos de la importancia de la alimentación en la salud mental.
- **Potenciar:** mantener una mente activa y en forma es una de las mejores garantías para prevenir enfermedades mentales. Potenciar también significa crear una red de relaciones sana y constructiva para aspirar a un mayor bienestar social.
- **Tratar:** el desarrollo de estudios sobre las causas biológicas y psíquicas que favorecen las enfermedades mentales, unido a terapias individuales basadas en criterios científicos, podrá favorecer la evolución hacia un sistema sanitario sostenible, capaz de afrontar las dificultades ligadas a los problemas psicológicos.

### **Horario y tipo de encuentro**

➤ Viernes, 19 de junio. Mesas redondas.

Participantes: Emilio Sacchetti, Claudio Mencacci, Silvio Scarone, Giovanni Biggio, Mauro Percudani, Aristide Saggino y Giampaolo Perna.

➤ Sábado, 20 de junio. Clases magistrales.

Moderador: Giampaolo Perna, Presidente del comité científico.

Impartidas por: Mario Maj, Charles Nemeroff, Glen O Gabbard, Daniel Weinberger, Carlo Altamura y Laura Bellodi.

[Programa completo del Congreso](#)

[Más información sobre la EXPO 2015](#)